



# 2がつ こんだてよていひょう



2021年

成田市学校給食センター大栄分所[幼稚園]

日	曜日	献立名			主な材料とその働き					
		主食	副食	デザート その他	体をつくる もとなる		体の調子を整えるもとなる		エネルギーの もとなる	
					たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質
1	月		なのはなとさつまいものかきあげ(しょうゆ)にくじゃがわふうサラダ		ぶた肉	のり	にんじん なのはな ほうれん草	玉ねぎ えだ豆 えのきたけ	小麦粉 さつまいも じゃがいも さとう	油 ごま油
2	火		タンドリーチキンABCスープ おんやさいサラダ(ドレッシング)	マスケットゼリー	とり肉 ハム	ヨーグルト	こまつな にんじん かぼちゃ アスパラ	はくさい 玉ねぎ コーン キャベツ カリフラワー	ゼリー マカロニ	ドレッシング
3	水	てまきのり	いかのかりんとあげ・ツナマヨ・なっとう いわしのつみれじる キャベツのたくあんあえ	とうにゅう バナナコッタ	いか いわし かまぼこ ツナ かつお節 納豆	のり	にんじん ほうれん草	ねぎ きゅうり キャベツ しめじ はくさい たくあん	小麦粉 バナナコッタ でん粉	油 ごま マヨネーズ
4	木		ぶたキムチどんぐり はるさめとちくわのスープ ほうれん草のナムル		ぶた肉 みそ ちくわ	わかめ	にんじん にら きぬさや ほうれん草	キムチ ごぼう もやし ねぎ	春雨 さとう	ごま油 ごま油
5	金		これは天ぷら(しょうゆ) すましじる もやしのあえもの	みかんゼリー	たら とり肉 とうふ かまぼこ	わかめ	パセリ にんじん ほうれん草	しいたけ ねぎ もやし コーン きゅうり	ゼリー でん粉 さとう	油 ごま油
8	月		さわらのさいきょうやき ほうれん草のみそじる ひじきのサラダ	りんご	さわら みそ とうふ 油あげ ツナ	ひじき	ほうれん草 にんじん	玉ねぎ りんご えのきたけ ねぎ キャベツ コーン	さとう じゃがいも	油
9	火	ちゅうかめん	みそラーメンスープ えだまめしゅうまい ちゅうかあえ		ぶた肉 なた みそ たまご かまぼこ		にんじん	ねぎ もやし キャベツ コーン 玉ねぎ えだ豆 きゅうり きくらげ	ちゅうかめん 小麦粉 マロニー さとう	油 ごま ごま油
10	水		きみとローリめだまやき ガパオライスのぐ フォーのスープ	やさいと くだもの ゼリー	たまご とり肉 なた	わかめ	ピーマン 赤ピーマン パプリカ にんじん	玉ねぎ しめじ はくさい もやし ねぎ	さとう フォー ゼリー	油 ごま油
12	金	入園前保護者説明会のため給食はありません								
15	月		メンチカツ(ソース) なめこじる きりほしだいこんのいために	オレンジ	ぶた肉 とうふ みそ とり肉 油あげ さつまあげ		にんじん ほうれん草 いんげん	玉ねぎ コーン キャベツ なめこ ねぎ 切干だいこん しいたけ オレンジ	パン粉 小麦粉 さとう	油 ごま油
16	火		チリコンカン チーズスープ ツナポテトサラダ(マヨネーズ)	はちみつ レモンゼリー	ぶた肉 とり肉 大豆 ベーコン たまご ツナ	チーズ	にんじん	玉ねぎ キャベツ グリルピーズ トン きゅうり えだ豆	小麦粉 ゼリー パン粉 じゃがいも	油 マヨネーズ
17	水		とりにくのバーベキューソース コンソメスープ アスパラとカリフラワーのサラダ(ドレッシング)		とり肉 ウィンナー		にんじん パセリ アスパラ	コーン 玉ねぎ キャベツ アスパラ マッシュルーム	さとう じゃがいも	油 ドレッシング
18	木	ふりかけ	さけのこうそうやき エビだんこのすましじる キャベツのしおこんぶあえ		さけ えび かつお節	こんぶ	パセリ にんじん ほうれん草	ねぎ しめじ キャベツ きゅうり		バター ごま ごま油
19	金		にらまんじゅう はっほうさい きゅうりともやしのナムル	いよかんゼリー	ぶた肉 いか えび うずら卵		にら にんじん	キャベツ はくさい 玉ねぎ しいたけ もやし きゅうり コーン ヤブコブ	でん粉 小麦粉 ゼリー さとう	ごま油 油 ごま
22	月		ぎんだらのみしょうやき しらたまじる すきやきふう	チーズ	ぎんだら みそ 油あげ 牛肉 やきとうふ	チーズ	にんじん こまつな	だいこん ねぎ 玉ねぎ はくさい しいたけ	さとう 白玉もち	
24	水		プレーンオムレツ ポークカレー コーンサラダ	ソフト ヨーグルト	たまご ぶた肉	ソフト ヨーグルト	にんじん アスパラ	玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン	じゃがいも	油 バター
25	木		とりのからあげ かきたまじる マカロニサラダ(マヨネーズ)	アセロラ ゼリー	とり肉 とうふ なた たまご ハム	わかめ	にんじん こまつな	玉ねぎ きゅうり えのきたけ	マカロニ でん粉 ゼリー	油 マヨネーズ
26	金		ぶたどんぐり さといものみそじる きゅうりのふうみつげ	でこぼん	ぶた肉 油あげ かまぼこ とうふ みそ		にんじん ほうれん草	玉ねぎ しいたけ ねぎ きゅうり でこぼん	さとう さといも	油 ごま油

※食材等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

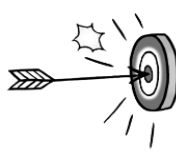
## 豆まきの豆、大豆を知ろう!

節分で豆をまくのは、豆が「魔滅」に通じ、鬼がおびやかす災難や病気を寄せ付けないとされたからです。



## 「炒る」は「射る」にかけて

炒った豆を使うのは、生豆のままだと落ちた豆から芽が出て不吉とされたからです。また「炒る」を「射る」にかけ、悪い鬼を退治します。



## 最後は年の数だけ食べる

豆まきの「福豆」を年の数だけ食べると1年を健康に過ごせるといわれます。余った福豆は水にもどさず料理にすぐ使えます。炊き込みご飯にするとおいしいですよ。



## 今月の地元産は

【ぶた肉2/26】  
飯田裕一(大栄十倉三)

